

KIND

KAROLINSKA INSTITUTET
CENTER OF NEURODEVELOPMENTAL
DISORDERS



**Karolinska
Institutet**

Psykisk ohälsa hos autistiska barn och ungdomar - vad behöver man veta som pedagog?

Tatja Hirvikoski, FoUU-chef Habilitering & Hälsa

Docent, KIND, Karolinska Institutet

Detta kommer jag att prata om

1. Psykisk ohälsa är vanligt hos autistiska barn och ungdomar
2. Psykisk ohälsa är kopplad till skolgång på många sätt
3. Alla som arbetar med barn och ungdomar bör kunna känna igen och våga fråga – viktigt med lokala rutiner
4. Vi kan alla främja psykisk hälsa inom ramen för vårt uppdrag

Psykisk hälsa (U.S. Department of Health & Human Services)

- Inkluderar emotionellt, psykologiskt och socialt välmående.
- Påverka hur vi känner oss, hur vi tänker och agerar.
- Påverkar hur vi hanterar stress, relaterar till andra och vilka val vi gör – påverkar alla livsområden.
- Viktigt under alla faser i livet – från barndom till tonåren och genom livet som vuxen.
- *Psykisk ohälsa är vanligt i den generella populationen.*



Psykisk ohälsa är vanligt hos autistiska barn och ungdomar

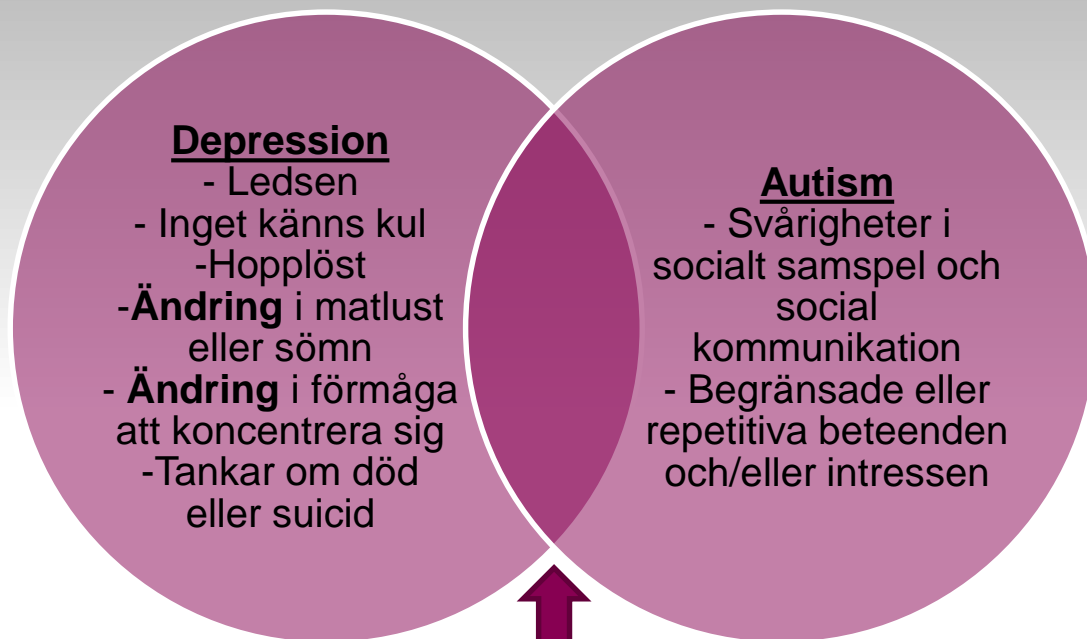
- **Depression** (Hudson et al 2018 *J Abnorm Child Psychol*; Pezzimenti et al 2019, *Child Adolesc Psychiatric Clin N Am*)
 - 7.7% av autistiska barn har depression
 - Ytterligare 10% höga symptomnivåer utan diagnos
 - 4 gånger större risk jmf neurotypiska barn
- **Ångest** (Joncho et a., 2015, *Expert Rev Neurother*; van Steensel et al, 2011, *Clin Child Fam Psych Review*)
 - Ca 40% av barn/ungdomar med autism, har mycket ångestsymptom eller ångeststörningsdiagnos
- **Sömnstörning** (Carmassi et al, 2019, *Front Psychiatry*; Díaz-Román et al, 2018, *Evid Based Mental Health*)
 - En översikt av 47 studier:
 - En majoritet har sömnstörning redan som barn/ungdom
 - Olika typer av sömnstörningar: båda i objektiva och subjektiva mätningar

Psykisk ohälsa är kopplad till skolgång på många sätt

- Psykisk ohälsa påverkar
 - Kognition
 - Energin
 - Tron på sig själv, på andra och på framtiden
 - Sociability (motivationen att vara med andra)
 - Marginaler för motgångar
 - Dagsformen
- Det vill säga: inte bara **närvaro** utan **delaktighet** i sin skolsituation

Det är inte lätt!

- Känna igen
- Våga fråga



Depression

- Ledsen
- Inget känns kul
- Hopplöst
- **Ändring** i matlust eller sömn
- **Ändring** i förmåga att koncentrera sig
- Tankar om död eller suicid

Autism

- Svårigheter i socialt samspel och social kommunikation
- Begränsade eller repetitiva beteenden och/eller intressen

Potentiellt överlapp

- Irritabilitet
- Utrycker få känslor
- Drar sig undan från sociala sammanhang
- Exekutiva svårigheter
- Ät- och sömnsvårigheter
- Repetitivt negativt tänkande

Var
uppmärksam
på ändringar!

Risk och skyddsfaktorer i skolan

- Stöd och anpassning av miljön
 - Fysisk
 - Pedagogisk
 - Social
- Kompetens: assistent, lärare, rektor, elevhälsovård ...
 - En majoritet av lärare i en stor svensk undersökning rapporterade bristande kunskap och kompetens kring NPF
 - Alla har inte stöd i lokala rutiner när det gäller psykisk ohälsa, suicidnära beteenden etc

Viktigt med lokala rutiner – för att alla vet hur man ska göra

- Ledningens ansvar
- Beskriver uppdrag när det gäller psykisk ohälsa
 - Organisationsnivå
 - Olika yrkesroller
- Består gärna av tre delar
 - Ger kunskap, minskar myter och missuppfattningar
 - Praktisk ”hur gör jag” inkl hur man frågar, vem man kontaktar etc
 - Administrativ del
- Minskar risken för suicid

Vi kan alla främja psykisk hälsa inom ramen för vårt uppdrag



Stör Döden lanserar utbildningsmaterial om psykisk ohälsa och självmord för lärare | Karolinska Institutet Nyheter

Stör Döden lanserar utbildningsmaterial om psykisk ohälsa och självmord för lärare

Antalet självmord minskar bland vuxna, men ökar hos unga. Samtidigt så frågar skolor om hur de kan bli bättre på att samtala om självmord och psykisk ohälsa med sina elever. Därför har Suicide Zero, Mind, SPES och NASP, som tillsammans står bakom projektet Stör Döden, tagit fram ett utbildningsmaterial som riktar sig till lärare på högstadiet och gymnasiet.

Tack för att du lyssnat!

- Föreläsningen handlade om
 1. Psykisk ohälsa är vanligt hos autistiska barn och ungdomar
 2. Psykisk ohälsa är kopplad till skolgång på många sätt
 3. Alla som arbetar med barn och ungdomar bör kunna känna igen och våga fråga – viktigt med lokala rutiner
 4. Vi kan alla främja psykisk hälsa inom ramen för vårt uppdrag



tatja.hirvikoski@ki.se